

Kontakt für Presseanfragen

E-Mail: presse@kuenig.at
Telefon: 05372 90 500



Vivea Gesundheitshotel Umhausen im Ötztal:

Arthrose-Woche im Jänner 2019

Vom 13. bis 20. Jänner 2019 findet im Vivea Gesundheitshotel Umhausen im Ötztal die 3. Auflage der Arthrose-Woche statt.

Sie umfasst: 7 Übernachtungen inkl. Vollpension, wohltuende Einzel- und Gruppentherapien, zahlreiche Inklusivleistungen sowie die kostenlose Teilnahme am Vortrag von Dr. Ralf Rosenberger.

Wer die Arthrose-Woche bis zum 21. Dezember 2018 bucht, erhält einen Sofortbucherrabatt in der Höhe von € 50,- pro Person.

Umhausen im Ötztal. Was können Betroffene tun, um arthrosebedingte Beschwerden zu lindern? Gibt es Möglichkeiten, um eine Verschlechterung der Arthrose zu verhindern? Aufgrund der hohen Nachfrage findet im Vivea Gesundheitshotel Umhausen im Ötztal gleich zu Jahresbeginn wieder eine Arthrose-Woche statt. Interessierte kommen in den Genuss wohltuender Therapien, viel gelenkschonender Bewegung und köstlicher Gerichte, welche die Gesundheit der Gelenke unterstützen. Zudem informiert Dr. Ralf Rosenberger, Experte in der effektiven Behandlung von Sportverletzungen und Gelenkabnütungen, in seinem Vortrag über die verschiedenen Möglichkeiten, die es für die Behandlung von Arthrose gibt und beantwortet die Fragen der Teilnehmer.

Wirkung der Therapien

Seit jeher vertrauen die Gäste im Vivea Gesundheitshotel Umhausen im Ötztal auf die natürliche Heilkraft des Radonheilwassers. Es regt den Stoffwechsel an und lindert Schmerzen. Durch das Baden im Radonheilwasser gelangt das Edelgas Radon in den menschlichen Organismus. Radonbäder sind besonders empfehlenswert, um arthrosebedingte Beschwerden zu lindern und verbessern zusätzlich das Hautbild. Sie steigern die körperliche Leistungsfähigkeit und stärken das Immunsystem. Massagen lindern Muskelverspannungen. Therapien mit Fango und Moor versorgen die betroffenen Gelenke mit wohltuender Wärme.

Darum ist Bewegung bei Arthrose wichtig

Sofern es die Beschwerden zulassen, empfehlen Mediziner den Betroffenen, sich bzw. die betroffenen Gelenke bewusst zu bewegen, um den Fortschritt der Arthrose hinauszuzögern. Bei der Unterwassergymnastik sorgt das Wasser für genügend Widerstand, um wertvolle Muskeln aufzubauen. Durch seine Auftriebswirkung entlastet es die Gelenke erheblich.





Gesunde Ernährung – ein rezeptfreies Heilmittel

Vor allem bei stoffwechselbedingter Arthrose wirkt eine gesunde Ernährung besonders schmerzlindernd. In den Kochworkshops erfahren die Teilnehmer, wie einfach es sein kann, gesunde Gerichte zuzubereiten.

Entspannung fördert das seelische Gleichgewicht

Ängste, Stress und Sorgen führen zu Verkrampfungen und kommen einer Fehlbelastung gleich, die arthrosebedingte Beschwerden verstärken kann. Aus sind sanftes Yoga und der Mentalworkshop im Rahmen der Arthrose-Woche von großer Bedeutung.

Zahlen, Daten, Fakten zu Arthrose

12 Prozent der Österreicher leiden an Arthrose; besonders häufig davon Betroffen sind die Hüft-, Knie- und Fingergelenke. Es gibt verschiedene Ursachen, die Arthrose hervorrufen können, wie etwa Stoffwechselstörungen, Verletzungen der Gelenke und Fehlbelastungen. (Quelle: Österreichischer Gesundheitsbericht 2016)

Pressefotos

Im Zusammenhang mit einer positiven Berichterstattung über das Vivea Gesundheitshotel Umhausen im Ötztal dürfen die Pressefotos kostenlos verwendet werden.

Fotonachweis alle Fotos: © Hannes Dabernig



Relaxen während der Arthrose-Woche – der Wellnessbereich im Vivea Gesundheitshotel Umhausen im Ötztal umfasst eine großzügige Saunalandschaft sowie eine Badelandschaft mit Hallenbad, Whirlpool und ganzjährig beheiztem Außenschwimmbecken.



Eine spezielle Ernährung, reichlich sanfte Bewegung und wohltuende Anwendungen sind die Zutaten, um arthrosebedingte Beschwerden wirkungsvoll zu lindern.

vivea-hotels.com



Arthrose-Woche

im Vivea Gesundheitshotel Umhausen im Ötztal
gültig vom 13.01. bis 20.01.2019

Frühbücherrabatt in der Höhe von € 50,- bei Buchungen bis 21.12.2018

7 Übernachtungen inkl. Vollpension (Frühstücksbuffet, 3-Gänge-Wahlmenü/Buffer)

1 ärztliches Beratungsgespräch

7 Einzeltherapien nach Empfehlung des Arztes (Heilmassagen, Hydrojet-Massage, Teil-Körperpackung mit Naturfango oder Moor, Fangokneten, Kaltrotlicht, Radonwannenbad oder Radontrockenbad)

1x geführte Wanderung (Gruppe)

1x Unterwassergymnastik (Gruppe)

1x Mentalworkshop (Gruppe)

1x Ernährungsworkshop (Gruppe)

1x sanftes Yoga (Gruppe)

1x Vortrag zum Thema Arthrose von Dr. Ralf Rosenberger, Spezialist für die Behandlung von Sportverletzungen und Gelenkabnütungen

Inklusivleistungen

Hallenbad mit Whirlpool und ganzjährig beheiztem Außenschwimmbaden, Saunalandschaft mit finnischer Sauna, Bio-Sauna, Infrarotkabine, Soledampfbad und Aromadampfbad, Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes, vielseitiges Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm, ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer, WLAN in der Hotelhalle und in den Zimmern

bei Buchung bis 21.12.2018
von € 760,- bis € 880,-

bei Buchung ab 22.12.2018
von € 810,- bis € 930,-

Alle Preise pro Person, zzgl. Ortstaxe.

Die Doppelzimmer- und Suite-Preise gelten bei Zweier-Belegung.

vivea-hotels.com